調理をする前に

調理する魚に合わせてメニューと焼きかげんを選んでください。

※［ ］は1尾(切れ)あたりの重さです。
（ ）は調理時間の目安です。

魚焼き自動調理の目安

魚焼きメニュー	加熱時間の目安（目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。）								
魚焼き（水あり）	つけ焼き			切身・ひもの			丸焼き		
焼きかげん	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
	※自動調理の焼きあげ強さは、「つけ焼き」＜「切身・ひもの」＜「丸焼き」の順に強くなっています。								
調理例					さんまの一夜干し ［約110g］2枚 （約16～18分）			さんまの塩焼き ［長さ約28cm 約180g］1～5尾 （1尾:約19～21分） （5尾:約24～26分）	
調理例		ぶりのつけ焼き(しょうゆ漬け) ［約100g］5切れ （約13～14分）		はたはた ［約25g］5尾 （約14～16分）			塩さんま（塩蔵品） ［長さ約28cm 約180g］1～5尾 （1尾:約15～17分） （5尾:約19～21分）		
調理例			さわらの西京漬け(みそ漬け、かす漬け) ［約100g］5切れ （約15～17分）		鮭の塩焼き ［約80g］5切れ （約17～18分）				
調理例								あじの塩焼き ［約130g～180g］1～5尾 （1尾:約18～20分） （5尾:約24～26分）	
調理例				めざし ［約25～30g］5尾 （約12～15分）					
調理例		焼きとり（たれ焼き） ［1本 約50g］8本 （約13～15分）			さばの切身 ［約80～100g］5切れ （約16～18分）			いさき ［約230g］2尾 （約20～25分）	
調理例				ししゃも ［約20g］8尾 （約12～14分）			はたはた（生） ［約30g］5尾 （約15～18分）		
調理例			焼きとり（塩焼き） ［1本 約50g］8本 （約16～18分）		あじの開き ［約100g］2枚 （約17～18分）			鯛の塩焼き ［約230g］1尾 （約21～23分）	

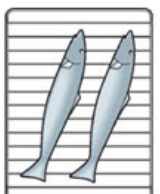
調理する魚に合わせてメニューと焼きかげんを選んでください。

※［ ］は1尾(切れ)あたりの重さです。
（ ）は調理時間の目安です。

魚焼き手動調理の目安

魚焼きメニュー	加熱時間の目安（目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。）		
魚焼きメニュー	手動（自動で焼けないもの）		
焼きかげん	弱	中	強
調理例		小あじのみりん干し ［1枚 約20～40g］小6枚 （約5～10分）	さんまのみりん干し ［約80～160g］中2枚 （約6～10分） うるめいわし丸干し ［1尾 約10～15g］5～10尾 （約5～10分） いかのつけ焼き ［1ぱい 約250g］2はい （約10～16分）

魚焼き調理のこつ

●魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、焼網の手前側に尾を向けてください。
●魚を少量（1尾～2尾）焼く場合は、ヒーター形状により置く位置で焼き色がつきにくい場合がありますので魚を斜めに置いてください。
●焼網にサラダ油などを塗っておくと調理物が焼網に付着しにくく、取り出しやすくなります。
●こげめのつき具合は魚の種類や大きさ、脂ののり具合、魚の温度、塩のふりかげんによって違います。（塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります。）お好みにより焼きかげんキーで調節してください。
●生魚（さんまやあじなど）は、焼き色がつきにくいので、調理する約10～20分前に塩をふっておきます。
●冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き不足になったり、温度センサーが正しく働かず焼き過ぎたりします。
●厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になりますので皮に切れ目を入れてください。
●焼網よりも大きな魚を調理する場合は、半分に切ってください。
●複数の食品を焼くときは種類、大きさ、厚さをそろえてください。小さいものや火の通りやすいものは、焼き過ぎになります。
●塩さんま（生）は、保存（冷蔵）期間が2日以上の場合、切身・ひものメニューで焼いてください。（皮が乾燥しているので丸焼きメニューで焼くと皮が裂けたり焦げやすくなります。）
●つけ焼きのたれは、よく落としてください。たれやみそが多くついていると焦げやすくなります。お好みにより焼きかげんキーで調節してください。

手前側

お知らせ

●通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されにおいや煙が出ることがあります。
●調理中、材料の脂などが下ヒーターや受皿に落ちると、においや煙が出ることがあります。
●調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているためで故障ではありません。
●調理直後にグリルドアを引き出すと、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待ってから引き出してください。
●グリル調理はメニューに応じて上・下ヒーターを自動的に切り換えます。メニューによっては上・下ヒーターの通電を細かく切り換えるため、ヒーターが赤くならない場合があります。
●魚焼き手動調理やグルメ手動調理は上・下ヒーターの通電を細かく切り換えて両面を焼き上げるため、自動調理で調理するときよりも仕上がりに時間がかかる場合があります。

調理物に合わせてメニューと焼きかげんを選んでください。

※［　］は1枚(本)あたりの重さです。
（　）は調理時間の目安です。

グルメ自動調理の目安

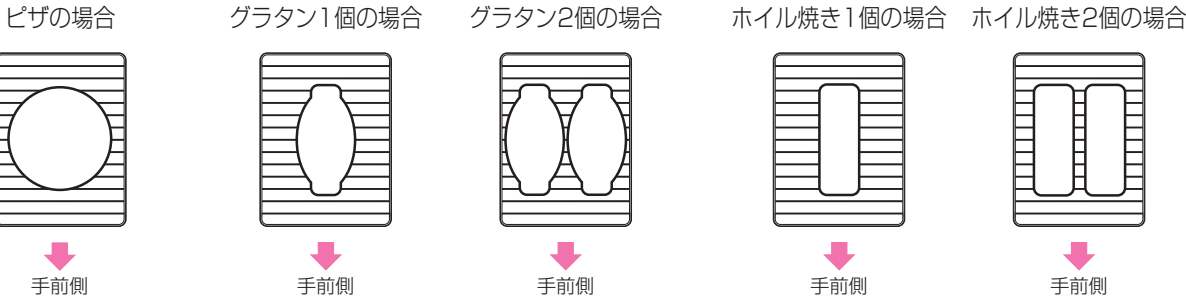
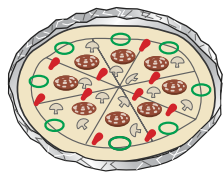
グルメメニュー	加熱時間の目安（目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。）								
	ピザ			グラタン			ホイル焼き		
焼きかげん	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
	※自動調理の焼きあげ強さは、「ピザ」＜「グラタン」＜「ホイル焼き」の順に強くなっています。								
調理例		冷凍ピザ ［1枚 直径約26cm 約300g］1枚 （約15～18分） 冷蔵ピザ ［1枚 直径約26cm 約300g］1枚 （約14～17分） 手作りピザ ［1枚 直径約26cm 約300g］1枚 （約15～18分）			冷凍グラタン ※アルミ製のトレイ ［1皿 約240g］2皿 （約24～27分）			鶏手羽先のつけ焼き ［1本 約60g］6～8本 （約20～23分） ピリ辛ウィング ［1本 約60g］6～8本 （約21～23分） 鮭のホイル焼き ［1個 約150g］1～2個 （約21～23分） ローストビーフ ［1本 約300g］1本 （約16～20分） ラムチョップ ［1本 約80g］3～4本 （約20～23分）	鶏のハーブ焼き ［1枚 約250g］1～2枚 （約21～23分） 焼き豚 ［1本 約150g］1本 （直径3～4cm） （約21～23分）

グルメ手動調理の目安

グルメメニュー	加熱時間の目安（目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。）		
	手動（自動で焼けないもの）		
焼きかげん	弱	中	強
調理例	焼きいも ［1本 約200g］3～4本 （直径3cm以下のもの） （約25～30分）	焼きなす ［1個 約60g］4個 （約20～25分） 焼きピーマン（パプリカ） ［1個 約150～180g］2個 （約12～18分） さつま揚げ ［1枚 約80g］1～3枚 （約6～10分） 厚揚げ ［1枚 約160g］1～2枚 （約8～14分）	

グルメ調理のこつ

- ●冷凍食品を調理するときは、解凍せずに冷凍のまま調理してください。
- ●冷凍ピザや冷蔵ピザを調理するときは、包装をはずしてからアルミホイルをピザのまわりにそって折り曲げてください。
- ●冷凍グラタンを調理するときは、包装をはずしてからアルミケース皿のまま入れてください。（電子レンジ用のプラスチック容器の冷凍グラタンは、焼くことができません。）
- ●調理するときの置き方は、下図のようにしてください。
- ●焼き豚などの中まで火をとおすメニューは、食材の厚さを4cm以下にしてください。

ピザの場合
手前側

⚠注意

- グリル使用時は必ず換気扇を使用してください。（調理中、吸・排気カバーから煙が出ます。）
- グリルドアの開閉は、グリルドアのとっての中央を持って行ってください。

※それ以外ではグリルドアの開閉ができない場合があります。

- 魚焼き調理の場合は必ず受皿に水を約200mL入れてください。
- グルメ調理の場合は受皿に水を入れないでください。（受皿に水を入れると庫内の温度が上がらず自動調理がうまくできないことがあります。）
- 受皿にアルミホイル・クッキングシート・オーブンシート・グリル石などを入れて使用しないでください。（油が過熱され、燃えることがあります）
- 焼網に材料をのせるときは、焼網からはみ出さないようにしてください。（材料がヒーターにつくと発火する恐れがあります。）
- 材料をのせたまま受皿を外さないでください。（本体から外した時、バランスをくずし、材料がすべて落ちるなどやけどやけがの原因となります。）
- 魚の脂や他の食品かすがついたまま調理をすると、前の食品のにおいがつくことがあります。焼網と受皿の汚れをきれいにしてから調理してください。（35ページ（お手入れ））
- 連続してご使用になる場合は、毎回焼網と受皿の汚れをきれいにし、グリル庫内の温度を下げてから調理してください。グリル庫内の温度が高いまま調理すると、センサーが正しく働かず早めに調理が終了したり、調理時間が長くなったりします。（高温のためやけどに注意する。）
- 自動調理の途中でグリルドアを開けないでください。上手に調理できません。
- 長時間グリルを使用すると、グリルドアのとっての下側が熱くなるのでご注意ください。
- 調理中、グリルドアがくもったり、周りに露がついたりすることがあります。周りについた露はふきんでふきとってください。
- グリルドアはゆっくり開閉してください。

※受皿の水がこぼれたり、材料が焼網から落ちる場合があります。

- ガラス容器や陶器容器は、焼網からすべり落ちたり焼網の傷つきの原因となるため使用しないでください。
- 調理中や調理後は、グリルドア、焼網、受皿等が高温となっていますので注意してください。
- ドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります。

グリル

魚焼き調理をする

＜共通＞※「丸焼き」メニューをセットする場合。

1 受皿・焼網をセットし、本体に組み込む。

- グリルに受皿・焼網をセットし、水を約200mL入れて材料をのせます。
- グリルドアはロックするまで押し込み確実に閉めてください。（10ページ）

2 電源切/入 を入れる。

- 電源スイッチをブザーが鳴るまで押してください。
- 電源ランプが点灯します。

魚焼き自動調理のしかた （調理タイマーは使用できません。）

3 パネル操作部の 魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押し『丸焼き』を選ぶ

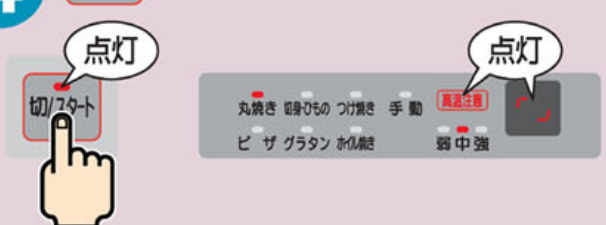
魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押すごとに切り換わります。

※前回使用したメニューから始まります。
※焼きかげんは「中」から始まります。

● 焼きかげんを選ぶときは ●

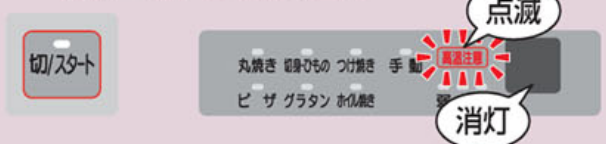
○ ◀|▶ キーを押すと焼きかげんが切り換わります。

※魚焼きおよび焼きかげん選択後、約3分以内に 切/スタート キーを押さないとブザーが鳴り解除されます。

※調理中は、メニューおよび焼きかげんの変更はできません。

4 切/スタート キーを押す

○ 切/スタート キーを押し、調理がスタートします。
○タイマー表示部が「 」と表示され、途中から調理の残り時間を表示します。

- 調理中、調理後にファンが回転します。
- 途中で調理を終了したい場合は、切/スタート キーを押してください。
- 途中で調理を止めた場合の再加熱は、手動調理で加熱してください。（29ページ）

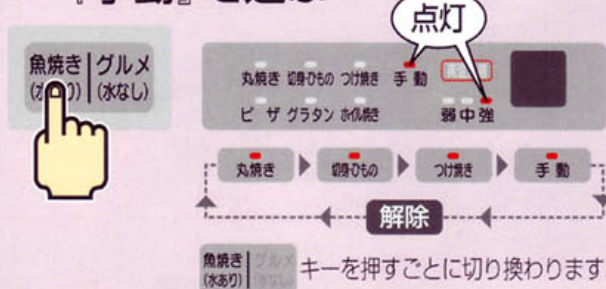
5 メロディーが鳴ったら 調理物を取り出す

○調理物を入れたままにしておくと余熱で焦げ過ぎることがあります。
○焼きが足りないときは、手動調理で様子をみながら、さらに焼いてください。（29ページ）

※グリルドアはゆっくり開閉してください。受皿の水がこぼれることがあります。

6 調理が終わったら 電源切/入 を押して電源を切る。電源ランプが消灯します。

調理開始直後にグリル庫内の温度が高い場合は、調理時間が長くなることがあります。

魚焼き手動調理のしかた

3 パネル操作部の 魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押し『手動』を選ぶ

魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押すごとに切り換わります。

※前回使用したメニューから始まります。

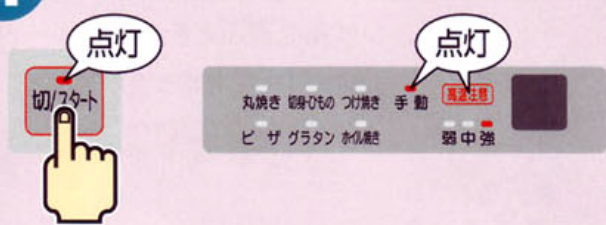
※焼きかげんは「強」から始まります。

● 焼きかげんを選ぶときは ●

○ ◀|▶ キーを押すと火力が切り換わります。

火力の目安		
「弱」	「中」	「強」
600W相当	930W相当	1200W

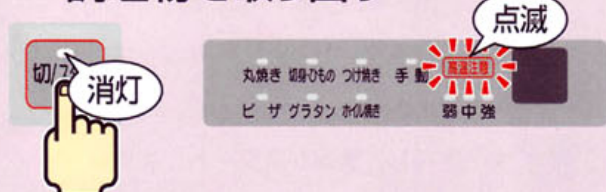
※手動選択後、約3分以内に 切/スタート キーを押さないとブザーが鳴り解除されます。

※調理中は、メニューの変更はできません。

4 切/スタート キーを押す

○ 切/スタート キーを押し、調理がスタートします。
○調理中に ◀|▶ キーで火力を調節できます。

※調理タイマーをご使用になるときは、調理スタート後設定します。

- 調理中、調理後にファンが回転します。

5 調理が終わったら、グリルを「切」にし、調理物を取り出す

○調理物を入れたままにしておくと余熱で焦げ過ぎることがあります。

※グリルを「切」にし忘れた場合は切り忘れ防止自動停止機能が働き、通電開始から約30分後に自動的に通電を停止します。
※グリルドアはゆっくり開閉してください。受皿の水がこぼれることがあります。

6 調理が終わったら 電源切/入 を押して電源を切る。電源ランプが消灯します。

調理タイマーの使いかた（例：グリルを使用中に10分の調理タイマーをセットする場合）

◎1分〜最大29分まで1分単位で設定できます。※調理中に設定します。

①通電中に タイマーキーを押すとタイマー表示が数字で点灯します。

②設定キーを押して好みの時間に設定します。

③時間を合わせた後、約3秒間経過後に「ピピッ」とブザーが鳴り、「・」が点滅し調理タイマーがスタートします。

④調理タイマーが終了するとタイマー表示が消灯しメロディーが鳴ってお知らせします。

- 途中で調理タイマーを中止するときは、もう一度 タイマーキーを押してください。
- 設定した時間を変更したい場合は、調理タイマーを中止し、再度設定してください。

※切り忘れ防止自動停止機能（約30分）を優先しますので、通電途中でのセットでは、最大時間が短くなります。

グルメ調理をする

<共通>※「ピザ」メニューをセットする場合。

1 受皿・焼網をセットし、本体に組み込む。

- グリルに受皿・焼網をセットし、材料をのせます。
- グリルドアはロックするまで押し込み確実に閉めてください。（10ページ）

2 電源切/入 を入れる。

- 電源スイッチをブザーが鳴るまで押してください。
- 電源ランプが点灯します。

グルメ自動調理のしかた

（調理タイマーは使用できません。）

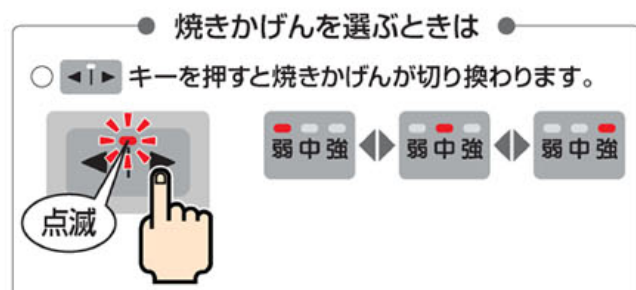
3 パネル操作部の 魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押し『ピザ』を選ぶ

魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押すごとに切り換わります。

※前回使用したメニューから始まります。
※焼きかげんは「中」から始まります。

● 焼きかげんを選ぶときは ●

○ ◀|▶ キーを押すと焼きかげんが切り換わります。

弱 中 強 ◀▶ 弱 中 強 ◀▶ 弱 中 強

※グルメおよび焼きかげん選択後、約3分以内に 切/スタート キーを押さないとブザーが鳴り解除されます。

※調理中は、メニューおよび焼きかげんの変更はできません。

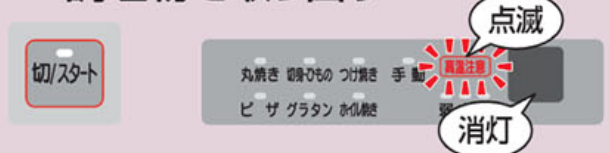
4 切/スタート キーを押す

点灯

○ 切/スタート キーを押し、調理がスタートします。

○タイマー表示部が「 」と表示され、途中から調理の残り時間を表示します。

- 調理中、調理後にファンが回転します。
- 途中で調理を終了したい場合は、切/スタート キーを押してください。
- 途中で調理を止めた場合の再加熱は、手動調理で加熱してください。（31ページ）

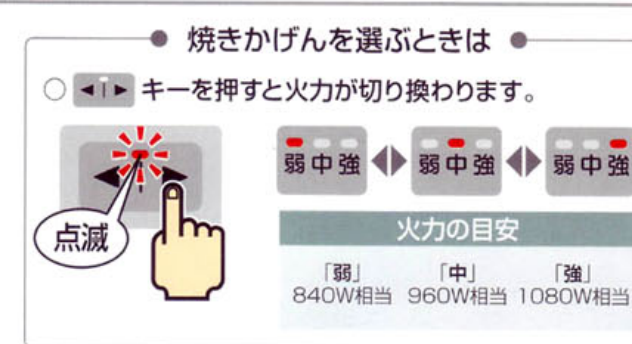
5 メロディーが鳴ったら 調理物を取り出す

○調理物を入れたままにしておくと余熱で焦げ過ぎることがあります。

○焼きが足りないときは、手動調理で様子をみながら、さらに焼いてください。（31ページ）

6 調理が終わったら 電源切/入 を押して電源を切る。電源ランプが消灯します。

調理開始直後にグリル庫内の温度が高い場合は、調理時間が長くなることがあります。

グルメ手動調理のしかた

3 パネル操作部の 魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押し『手動』を選ぶ

魚焼き(水あり)|グルメ(水なし) キーを押すごとに切り換わります。

※前回使用したメニューから始まります。

※焼きかげんは「強」から始まります。

● 焼きかげんを選ぶときは ●

○ ◀|▶ キーを押すと火力が切り換わります。

※手動選択後、約3分以内に 切/スタート キーを押さないとブザーが鳴り解除されます。

※調理中は、メニューの変更はできません。

4 切/スタート キーを押す

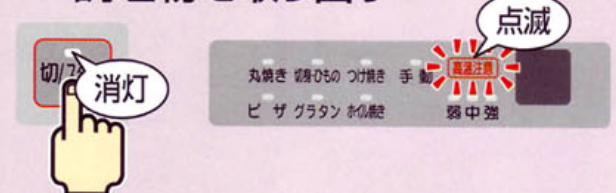
点灯

○ 切/スタート キーを押し、調理がスタートします。

○調理中に ◀|▶ キーで火力を調節できます。

※調理タイマーをご使用になるときは、調理スタート後設定します。

- 調理中、調理後にファンが回転します。

5 調理が終わったら、グリルを「切」にし、調理物を取り出す

○調理物を入れたままにしておくと余熱で焦げ過ぎることがあります。

※グリルを「切」にし忘れた場合は切り忘れ防止自動停止機能が働き、通電開始から約30分後に自動的に通電を停止します。

6 調理が終わったら 電源切/入 を押して電源を切る。電源ランプが消灯します。

調理タイマーの使いかた（例：グリルを使用中に10分の調理タイマーをセットする場合）

◎1分～最大29分まで1分単位で設定できます。※調理中に設定します。

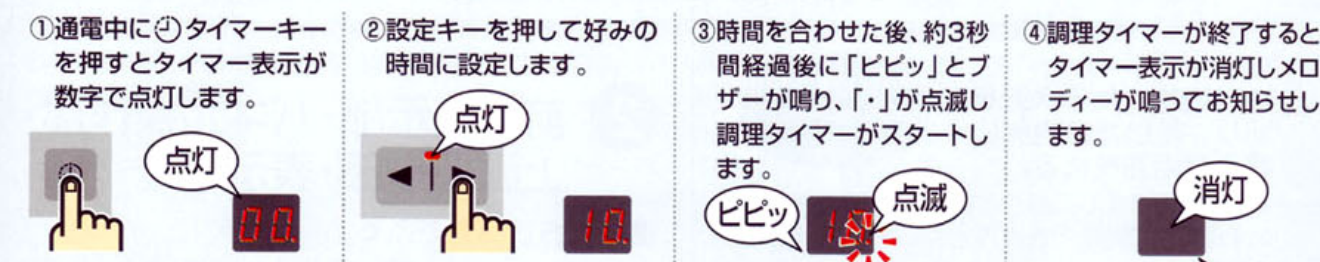
①通電中に タイマーキーを押すとタイマー表示が数字で点灯します。

点灯

②設定キーを押して好みの時間に設定します。

③時間を合わせた後、約3秒間経過後に「ピピッ」とブザーが鳴り、「・」が点滅し調理タイマーがスタートします。

ピピッ 点滅

④調理タイマーが終了するとタイマー表示が消灯しメロディーが鳴ってお知らせします。

- 途中で調理タイマーを中止するときは、もう一度 タイマーキーを押してください。
- 設定した時間を変更したい場合は、調理タイマーを中止し、再度設定してください。

※切り忘れ防止自動停止機能（約30分）を優先しますので、通電途中でのセットでは、最大時間が短くなります。

お手入れ

ご使用のたびにお手入れしてください。
トッププレート、プレートワク、操作部は汚れを放置したり、汚れたまま使うとこびりついてとれにくくなります。

⚠注意

必ず電源を切り、本体が十分に冷えたことを確かめてから行ってください。

○ベンジン、シンナー、みがき粉は絶対に使用しないでください。
○吸・排気カバーに水が入らないよう、ご注意ください。

天ぷら鍋（付属品）

1 **薄めた台所用洗剤（中性）とお湯で洗う。**
●たわしやみがき粉（クレンザー）は使用しないでください。

2 **鍋底や外側の異物や汚れをとる。**
●汚れがこびりついたまま使うと、油温を正しくコントロールできないことがあります。またトッププレートが汚れます。

3 **洗い終わったら水気を切り、乾いたら内側に軽く食用油をぬる。**

●洗ったままにしておくとさびる場合があります。
※天ぷら鍋に同梱の説明書をよく読んでご使用ください。
●鍋底がそってきたり、変形した場合は使用しないでください。お買い上げの販売店でお買い求めください。（8ページ）

1 吸・排気カバー

■**本体から吸・排気カバーを外し、薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。**
○たわしやみがき粉は使わないでください。
○お手入れ後は、水気をふきとり必ず本体にセットしてください。
○汚れて目詰まりしたまま使うと、通電を停止したり、グリル使用中にグリルドアから煙がもれたりする場合があります。

2 前面表示部・パネル操作部・上面操作部・表示窓

■**やわらかい布でふく。**
○汚れがひどいときは台所用洗剤（中性）を布に直接つけてふきとり、もう一度絞ったふきん、乾いたふきんの順でふきとってください。
○水にぬらさないでください。故障の原因になります。

3 トッププレート

■**絞ったふきんでよくふきとり、その後乾いたふきんでからぶきする。**
○煮こぼれなどは、そのままにしておくとこびりついて取れなくなります。ご使用のたび、こまめにお手入れしてください。
故障の原因になります。

■**汚れがひどいときは台所用洗剤（中性）を布に直接つけてふきとり、もう一度絞ったふきん、乾いたふきんの順でふきとる。**

※酸性・アルカリ性の強い洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など）は使わないでください。（トッププレート・プレートワクの変色の原因になります。）

○落ちにくい汚れは、冷えてからトッププレート専用クリーナーやクリームクレンザーなどを丸めたラップにつけてこすりとる。

※ドライバーなど先の鋭いものや目の粗いみがき粉は、トッププレートを傷つけるので使わないでください。

煮こぼれがこびりついてしまったときは

●市販のセラミック用スクレーバー等で煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふきとる。

別売品 トッププレート専用クリーナー

●トッププレートの汚れをおとし、光沢をだし、ふきこぼれによる汚れや焦げつきを抑えます。
品　名：ガラスクリーナー
型　式：HT－K1
希望小売価格：1,470円
（税抜1,400円）
2007年4月現在
※お買い上げの販売店にご相談ください。
希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。

4 プレートワク（ステンレス製）

■**絞ったふきんでよくふきとり、その後乾いたふきんでからぶきする。**
■**こびりついた汚れはクリームクレンザーなど少量を丸めたラップにつけてこすりとる。**
○ステンレスの筋（横方向）にそってこすってください。縦方向にこすると傷つくことがあります。

お　願　い

しょうゆなどの調味料をこぼしたらすぐにふき取ってください。
放置すると汚れあとが残ることがあります。

吸・排気カバーの下の油汚れもこまめにお手入れしてください。

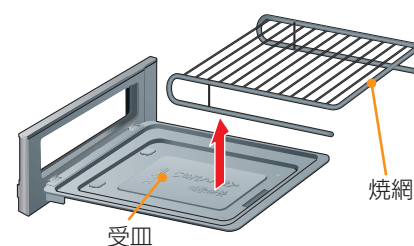
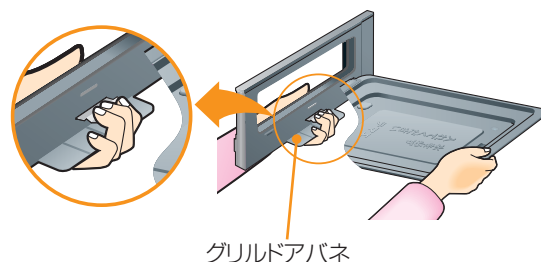
筋の方向は横向きです。

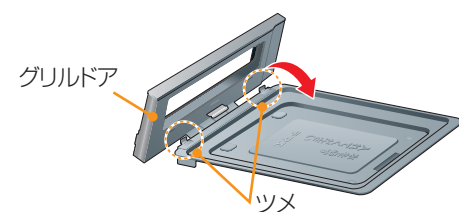
5 グリル

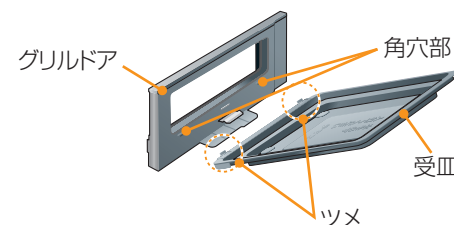
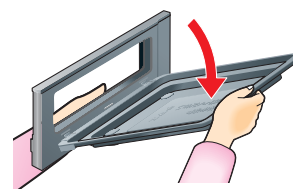
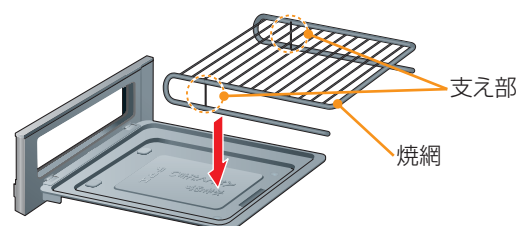
グリルドア・受皿の外しかた、つけかた

外しかた

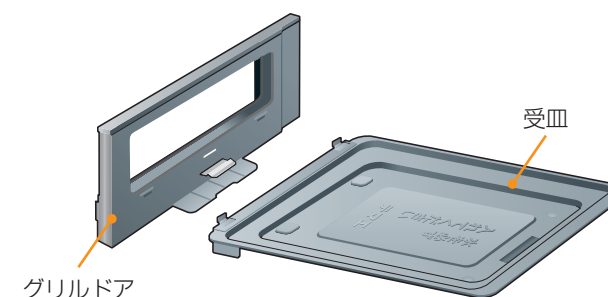
1 とってを両手でしっかり持ちゆっくり止まるまで引き出し、斜め上に持ち上げながら外す。
※受皿内の水や油がこぼれないよう注意してください。

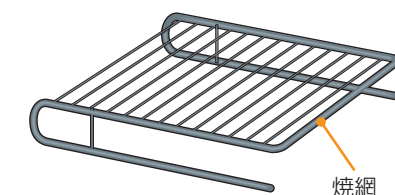
2 受皿にのっている焼網を外す。

3 とっての下側に手を回し、グリルドアバネを軽く引き下げる。

※グリルドアバネを押さえずに無理に外すとグリルドアが破損したり、変形することがあります。

4 グリルドアを受皿側に倒すようにし、受皿に付いている左右2ヶのツメを外す。

つけかた

1 受皿に付いている左右2ヶのツメをグリルドアの角穴部に斜め下より差し込む。

2 グリルドアを手でささえ、受皿を図のように下げる。
※カチッと音がして受皿が固定されます。

3 焼網をのせる。
○焼網は支え部をグリルの手前にしてのせてください。
※のせる向きを逆にすると、本体に取り付けられません。

4 斜め上からはめ込み、ロックするまでゆっくり押す。

グリルドア・受皿のお手入れ

■薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。
○たわし・みがき粉は使用しないでください。　（表面を傷つけます。）
○グリルドアは、食器洗い乾燥機や食器乾燥器には入れないでください。（樹脂部が変形します。）

焼網のお手入れ

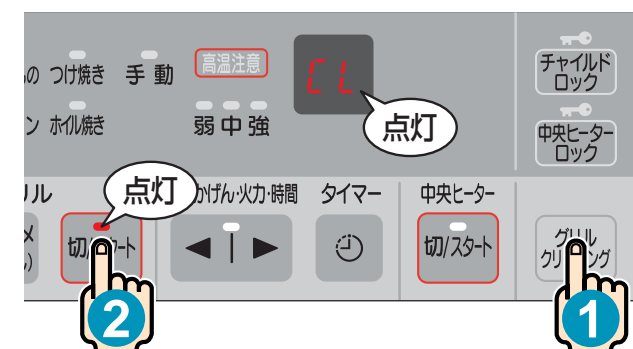
■薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。
※焼網のフッ素コートを傷めないでください。
○金属製のたわし・スポンジのナイロン面でこすらないでください。フッ素コートに傷が付いたりはがれたりすることがあります。
○ご使用の度にお手入れしてください。汚れがこびりつくと調理物が取りにくくなることがあります。
○焼網は消耗品です。フッ素加工がいたんだ場合は、お買い上げの販売店でお買い求めください。（8ページ）

グリル庫内のお手入れ

■グリルクリーニングをご使用ください。グリル庫内の油汚れを乾燥させ、においを軽減することができます。

■途中で終了する場合は、切/スタート キーを押してください。

●焼網は絶対にセットしないでください。
焼網のフッ素コートを傷めます。

●洗って水気をふきとったグリルドアと受皿をグリル庫内にセットし、グリルクリーニング キーを押した後、切/スタート キーを押してください。グリル庫内の油を焼き切るため、受皿には水を入れません。（グリル庫内を高めの温度で自動コントロールします。）

※約10分で自動的に終了し、通電を停止します。
※においを軽減しますが、汚れを除去することはできません。
※グリル庫内に落ちた食品カスなどは、手袋をするなどしてグリル庫内が冷えてから取り除いてください。（グリル庫内には金属部が数多くあり十分注意してください。）

※クリーニング中はグリル庫内の油を焼き切るため煙が出る場合があります。必ず換気扇を使用してください。